



# 西村クリニック便り 第105号



当院のライン公式アカウントができました  
お友達♥大募集中です ホームページでは見れないページもこちらから見ていただけます♥

発行元  
西村クリニック  
四條畷市楠公 1-14-6  
072-862-3001

京都大学の名誉教授に若島正さんという方がおられます。若島さんは京都大学理学部を卒業後文学部に再度入学され、卒業後は英米文学を研究されて京大教授にまでなられた方で、訳書にナポコフの「ロリータ」やパワーズの「黄金虫変奏曲」など多数の著作がある方です。若島さんはまた将棋も強くアマチュア名人戦に出場した棋歴があり、更に詰将棋の世界でも一流で看寿賞などいろんな賞を取られた方です。

若島さんが書かれた本の一つに「盤上のパラダイス」という本があり、その本の中で若島さんは詰将棋の世界について面白おかしく書かれておられます。

若島さん曰くは詰将棋をする人間は変人つまり変わった人間が多いとの事であり、詰将棋作家には本名でなくペンネーム、それも奇想天外なものを用いる人が多くいる様であります。東大阪市の八戸ノ里に「あいも文化交流会館」という施設があり、その館長が明石六郎さんという方で明石さんも詰将棋作家であります。長年この明石六郎という名前は多くの方は本名だと信じていたみたいですが、実はペンネームで「赤白黒」をもじってつけられた様であります。文化会館の館長の名前がペンネームだったとは余りにもおかしいと思いませんか。

更に若島さんの話によるとこの明石六郎さんの恋人なる人物が詰将棋界に現れたみたいであり、その名前は「青木みどり」という名です。もうお分かりかと思いますが、「青木みどり」という名前は「青黄緑」をもじったもので、「赤白黒」の恋人が「青黄緑」であったという事でもあります。

まあこういった訳で若島さんが詰将棋作家には変人が多いと述べられているのも納得です。

私は現在「創棋会」という詰将棋作家のグループの会合に参加しておりますが、この「創棋会」のメンバーにも色んなペンネームをもった方々がたくさんおられます。例えば「奥鳥羽生」という方、最初私はこのペンネームは何と読むのだろうかと思っておりましたが、この方が十月生まれだと聞いて納得。「オクトーバー生まれ」と読むのですね。かくいう私も何ぞ面白いペンネームが無いものかと思色々考えてみました。「田舎っぺ大将」(私は奈良の田舎出身なので)

あるいは「なわての黒豹」など。しかしながらいづれも案を妻に聞いてもらおうと即座に却下されてしまったのであります。

院長 西村 章

日本人の睡眠時間はOECD(経済協力開発機構)によると平均7時間22分と30ヶ国中で最下位です。睡眠不足となると食欲を抑える「レプチン」というホルモンが減り、食欲を高める「グレリン」が増えます。ということは・・・睡眠不足は太ってしまいます。睡眠不足になるほど忙しくしても痩せないのです。また肉じゃがとトンカツどちらが太りやすいと思いますか?一見ヘルシーな肉じゃがですが砂糖やみりんなど糖質たっぷりです。カロリーはトンカツが高いですが糖質を抑えたいならトンカツがお勧めです。また醤油せんべいとシュークリームを比べるとせんべい3枚はシュークリーム1個の糖質を超えます。体重増加にも注意しながら食欲の秋を楽しみましょう。食欲の秋・・・楽しみです♪

インフルエンザの予防接種が来月(10月)から始まります 今年もご予約をとっていただく形となります また改めてお手紙等でお知らせさせていただきますのでご安心ください

**小銭が大変不足しております 来院時は小銭をご用意くださりますようお願いいたします**

最近の楽しみと言えば“どうする家康”だけと言って良いほどの私達夫婦(\*^▽^\*)日曜日は早々に風呂や食事を済ませ(晩酌も短めです!)部屋で食洗器や音のするものは全部止めてスタンバイテレビに集中しています。院長と歴史の話もしてみてください♪

## 編集後記

日焼け対策に今年からサングラスをかけ始めました  
以外とかけてみると手放せないものになり  
デザインにも凝りつつあります☆

我が家のガレージには“さくら猫”(避妊去勢した猫)達がご飯を食べにきています。少し早いですが冬越えのお外のお家に用意を始めています。今年は凝ってみます♪